



Menus GARCHES - Scolaire & Centre de loisirs



Semaine du

6 septembre 2021

au

10 septembre 2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	 Tomate BIO vinaigrette du terroir	Laitue iceberg <i>Vinaigrette traditionnelle</i>		 Betteraves BIO et dés de mimolette <i>Vinaigrette traditionnelle</i>
Escalope de poulet sauce diable	Chili végétarien	Emincé de dinde Sauce verger	RAV Rôti de bœuf et sauce bourguignonne	MSC Colin aux herbes de Provence
Purée de pommes de terre BIO maison		Pennes BIO	Haricots verts extra fins saveur du jardin Pommes vapeur	Semoule Ratatouille
Pont l'Evêque AOC Aide UE à destination des écoles	Yaourt nature BIO Aide UE à destination des écoles		Saint Paulin	
Fruit de saison BIO Aide UE à destination des écoles		Cocktail de fruits au sirop	Moelleux fromage blanc vanille	Fruit de saison BIO Aide UE à destination des écoles

* substitution de repas sans porc



Label Rouge



Bleu Blanc Coeur



Recette Ducasse Conseil



Produit issu de l'agriculture biologique



Viande origine France

MSC

Marine Stewardship Council (pêche durable)



Recette Chef Pèpinère du Goût



Produits locaux

RAV

Bœuf Race à Viande



AOC / AOP (fromages)



Plat élaboré sur notre cuisine





Menus GARCHES - Scolaire & Centre de loisirs













Semaine du

13 septembre 2021

au

17 septembre 2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		Melon jaune BIO 	LE JOUR DU Végé	Carottes râpées BIO assaisonnées maison 
Calamars à la romaine	Emincé de dinde sauce sauge 	Steak de bœuf au jus RAV	Pépinettes base lentilles, champignons et curry 	Jambon de Paris *Jambon de poulet
Epinards et pommes de terre à la crème	Poêlée de légumes béarnaise Farfalles	Gratin Dauphinois 		Riz camarguais créole
Yaourt nature et sucre	Camembert BIO  Aide UE à destination des écoles		Gouda	Petit suisses nature BIO  Aide UE à destination des écoles
Fruit BIO  Aide UE à destination des écoles	Moelleux au caramel 	Mousse au chocolat	Fruit de saison BIO  Aide UE à destination des écoles	

* substitution de repas sans porc



Label Rouge



Bleu Blanc Coeur



Recette Ducasse Conseil



Produit issu de l'agriculture biologique



Viande origine France

MSC

Marine Stewardship Council (pêche durable)



Recette Chef Pépinière du Goût



Produits locaux

RAV

Bœuf Race à Viande



AOC / AOP (fromages)



Plat élaboré sur notre cuisine





Menus GARCHES - Scolaire & Centre de loisirs



Semaine du

20 septembre 2021

au

24 septembre 2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	Laitue iceberg <i>Vinaigrette traditionnelle</i>	Salami et cornichons <i>*Roulade de volaille et cornichons</i>	LE JOUR DU Végé	Tomate BIO et dés d'emmental <i>Vinaigrette traditionnelle</i>
Boulettes de veau sauce grand-mère	Pavé de merlu ^{MSC} sauce hongroise	Rôti de bœuf ^{RAV} et sauce dijonnaise	Riz créole base méli mélo du potager	Colin poêlé et quartier citron ^{MSC}
Semoule	Macaronis BIO	Gratin de Crécy		Petit pois
Tomme noire	Yaourt nature BIO <i>Aide UE à destination des écoles</i>		Saint Nectaire AOC <i>Aide UE à destination des écoles</i>	
Fruit de saison BIO <i>Aide UE à destination des écoles</i>		Fruit de saison BIO	Purée de pomme BIO maison <i>Aide UE à destination des écoles</i>	Chou à la vanille et sauce chocolat

* substitution de repas sans porc



Label Rouge



Bleu Blanc Coeur



Recette Ducasse Conseil



Produit issu de l'agriculture biologique



Viande origine France

MSC

Marine Stewardship Council (pêche durable)



Recette Chef Pèpinère du Goût



Produits locaux

RAV

Bœuf Race à Viande



AOC / AOP (fromages)



Plat élaboré sur notre cuisine





Menus GARCHES - Scolaire & Centre de loisirs













Semaine du

27 septembre 2021

au

1 octobre 2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
LE JOUR DU Végé		Carottes râpées BIO assaisonnées maison  	Salade verte BIO  <i>Vinaigrette traditionnelle</i>	Betteraves <i>Vinaigrette traditionnelle</i>
Tortellini pomodoro mozzarella BIO Sauce tomate 	Saucisse francfort *Francfort de volaille	Rôti de veau farçi aux olives	Cordon bleu	MSC Portion de colin sauce fromagère
	Purée de pomme de terre et potimarron BIO 	Haricots blanc au jus	Brocolis à la béchamel Quinoa	Pépinettes Courgettes à la provençale
Pont l'Evêque  Aide UE à destination des écoles	Edam			Petit suisse nature BIO  Aide UE à destination des écoles
Fruit de saison BIO  Aide UE à destination des écoles	Fruit de saison BIO  Aide UE à destination des écoles	Mousse au chocolat	Cake aux pépites de chocolat et crème anglaise 	

* substitution de repas sans viande



Label Rouge



Bleu Blanc Coeur



Recette Ducasse Conseil



Produit issu de l'agriculture biologique



Viande origine France

MSC

Marine Stewardship Council (pêche durable)



Recette Chef Pépinière du Goût



Produits locaux

RAV

Bœuf Race à Viande



AOC / AOP (fromages)



Plat élaboré sur notre cuisine



LEXIQUE DES APPELLATIONS CULINAIRES

Hors d'œuvres :

A la californienne	tomates, petits pois, ananas, maïs, ciboulette
A la catalane	tomates, poivrons, olives, ciboulette, oignons
A la Niçoise	haricots verts, olives, tomates, thon, échalote, ciboulette
Orientale	tomates, pois chiches, oignons, cumin, raisins secs
A la parisienne	tomates, maïs, échalotes, basilic
Al pesto	tomates, basilic, ail, huile d'olive
A la savoyarde	jambon de dinde, oignons, emmental, ail
A la méditerranéenne	ail, basilic, épices à paëlla

Potages :

Potage Aigo Bouido	poireaux, carottes, pommes de terre, oignons, sauge, ail, crème fraîche
Potage Ardenais	endives, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Breton	haricots blancs, pommes de terre, oignons, tomates, crème fraîche
Potage de céleri	céleri, pommes de terre, crème fraîche
Potage aux champignons	champignons, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Choisy	épinards, laitue, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage de courgettes	courgettes, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Crécy	carottes, pommes de terre, oignons
Potage au cresson	cresson, pommes de terre, carottes, poireaux, crème fraîche
Potage Cultivateur	poireaux, carottes, navets, pommes de terre
Potage Dubarry	chou-fleur, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Esaü	lentilles, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Fermier	choux de bruxelles, carottes, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Ferval	artichauts, pommes de terre, poireaux, carotte, oignons, crème fraîche
Potage Freneuse	navets, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Jardinier	jardinière de légumes, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Longchamp	petits pois, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Minestrone	bouillon de volaille, tomates, poireaux, carottes, haricots blancs, coquillettes
Potage Mussard :	flageolets, pommes de terre, poireaux, carotte, oignons, crème fraîche
Potage Oriental	légumes couscous, pommes de terre, oignons, cumin, crème fraîche
Soupe à l'oignon	oignons, pommes de terre, bouillon de volaille
Potage à l'oseille	oseille, laitue, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage Parmentier	potatoes, poireaux, carottes, oignons, crème fraîche
Potage Paysanne	poireaux, courgettes, carottes, pommes de terre, oignons, crème fraîche
Potage aux poireaux	poireaux, pommes de terre, crème fraîche
Potage de potiron	potiron, pommes de terre, poireaux, carottes, crème fraîche
Potage Provençal	courgettes, tomates, poivrons, pommes de terre, oignons, ail
Potage Saint-Germain	pois cassés, pommes de terre, poireaux, carottes, crème fraîche
Potage à la tomate	tomates, pommes de terre, poireaux, carottes, oignons, bouillon
Potage vermicelles	tomates, oignons, bouillon de bœuf, vermicelles
Potage Vert Prés	haricots verts, pommes de terre, oignons, crème fraîche

Sauces végétariennes :

Achard de légumes	carottes, haricots plats, haricots blancs, oignons, ail, curry, persil
A l'andalouse	courgettes, poivrons rouges et verts, champignons, petits pois, maïs, oignons, ail, mélange tandoori
A l'italienne	brunoise de légumes, tomates, poivrons rouges et verts, lentilles, olives noires et vertes, oignons, double concentré de tomates, ail, herbes de Provence
A l'hindou	tomates, poireaux, pois chiches, lentilles, oignons, mélange tandoori
Méli-mélo du potager	carottes, tomates, lentilles, oignons, échalotes, ail, mélange colombo
A la mexicaine	tomates, poivrons rouges et verts, haricots rouges, ail, cumin
Chili végétarien	
Couscous végétarien	légumes couscous, tomate, pois chiche, cumin, raisins
Gratin campagnard	Pommes de terre, lentilles, muscade, ciboulette, crème

Garnitures :

Jardinière de légumes	carottes, haricots verts, navets, petits pois
Julienne de légumes	carottes, céleri et courgettes râpés
Légumes pot au feu	carottes, navets, poireaux, pommes de terre
Pêle-mêle provençal	oignons, poivrons, aubergines, tomates et courgettes en cubes
Poêlée béarnaise	haricots beurre, carottes, navets, estragon
Printanière de légumes	potatoes de terre, haricots verts, carottes, petits pois, oignons

Sauces (sur une base de roux blanc à la farine de riz et bouillon de légumes BIO) :

Aigre-douce	oignons, crème, sauce aigre douce, vinaigre de Xérès, ail
A l'ancienne	champignons, poireaux, carottes, oignons, ail
Andalouse	poivrons rouges et verts, tomate, olives, oignons, ail, herbes de Provence
Aneth	oignons, ail, crème, aneth
Armoricaine	oignons, ail, concentré de tomate, crème, estragon
Aurore	roux blanc, lait, crème, concentré de tomate, muscade
Basilic	tomates, oignons, sauce tomate, concentré de tomates, ail, basilic
Béarnaise	échalotes, vinaigre de vin, estragon
Bercy	concentré de tomates, échalote, persil
Blanquette	oignons, carottes, champignons, jus de citron, crème
Bobotie	Abricots, cannelle, curry, raisins de Corinthe
Bourguignonne	oignons, ail, carottes, champignons, herbe de Provence, vin rouge
Cajun	Paprika, ail, oignon, cumin, crème, origan
Charcutière	oignons, ail, concentré de tomates, cornichons, moutarde
Chasseur	champignons, oignons, ail, concentré de tomates, estragon
choron	Estragon, concassé de tomate, échalote, beurre
Citron	crème, jus de citron, oignons, ail
Coco	lait de coco, sauge soja, jus de citron, tomates, ail, ciboulette
Colombo	poivrons rouges et verts, oignons, crème, ail, épices à colombo
Crème	champignons, oignons, ail, crème
Cubaine	oignons, crème, concentré de tomates, curry, paprika, cumin
Curry	curry, crème, oignons, ail
Daube	Carottes, oignon, concentré de tomate, ail
Diable	oignons, ail, concentré de tomates, moutarde
Diablotin	Tomate, ail, vinaigre balsamique, estragon, huile d'olive
Dieppoise	fruits de mer, champignons, oignons, crème, ail

Dijonnaise	crème, moutarde
Dugléré	tomates, oignons, crème, ail, persil
Estragon	oignons, crème, ail, estragon
Forestière	champignons, oignons, ail, crème, herbes de Provence
Fromage frais	Fromage frais nature, champignons, ciboulette
Grand-Mère	carottes, champignons, oignons, ail
Homardine	Bisque de homard, fenouil, crème, tomate, thym, 4 épices
Hongroise	champignons, crème, concentré de tomates, oignons, ail, paprika

Sauces (suite) :

Indienne	ananas, oignons, tomates, noix de coco râpées, raisins de Corinthe, crème, curry, ail
Jaune	beurre citron, épices à paëlla
Jumbalaya	julienne de légumes, oignons, ail, crème, curry
Lentilles corail	lentilles corail, crème, concentré de tomate, jus de citron, oignons, ail
Lombarde	tomates, oignons, crème, ail, ciboulette, épices à paëlla
Marengo	tomates concassées, champignons, oignons, ail, concentré de tomates
Marrons	marrons, crème, oignons, ail, cannelle
Mexicaine	poivrons rouges et verts, oignons, maïs, sauce « chili », concentré de tomates, ail, paprika
Miel	miel, oignons, ail
Milanaise	tomates, champignons, oignons, ail, concentré de tomates, herbes de Provence
Mironton	oignons, double concentré de tomates, vinaigre, vin blanc
Mornay	roux blanc, lait, emmental râpé, crème, muscade
Nantua	oignons, crème, concentré de tomates, ail
Navarin	oignons, carottes, navets, concentré de tomates, ail, herbes de Provence
Normande	champignons, oignons, crème, vin blanc
Oignons	oignons, crème, ail
Olive	olives vertes, oignons, ail, concentré de tomates
Orientale	légumes couscous, oignons, ail, double concentré de tomates, cumin
Oseille	oignons, ail, oseille, crème, jus de citron
Pain d'épices	pain d'épices, oignons
Paprika	oignons, ail, concentré de tomates, crème, paprika
Poulette	crème, jaune d'œuf, ciboulette
Provençale	tomates, oignons, olives vertes, ail, concentré de tomates, herbes de Provence
Pruneaux	pruneaux, oignons, concentré de tomate, cannelle
Quatre épices	oignons, crème, ail, mélange « quatre épices »
Safranée	oignons, crème, ail, épices à paëlla
Tajine	oignons, tomates, pruneaux, raisins de Corinthe, ail, concentré de tomates, cannelle, cumin
Tomate	tomates, oignons, ail, sauce tomate, concentré de tomates
Vallée d'Auge	oignons, champignons, ail, jus de pommes, cidre, crème
Verger	Oignon, fond d'artichaut, crème, ail
Waterzoi	julienne de légumes, poireaux, oignons, ail, crème